

JULIO 2020

A PROPÓSITO DE LA SINCERIDAD

FERRAN RAMON-CORTÉS

Había quedado para cenar con un amigo y como suele pasarme llegué al restaurante con quince minutos de anticipación. Me acomodaron en una pequeña mesa para dos. En la mesa de al lado, a unos escasos cuarenta centímetros, tenía a una pareja de chicos a los que les acababan de servir el postre. Mientras esperaba a mi amigo, no pude evitar prestar cierta atención a la conversación que mantenían. Uno de ellos, en un tono recriminatorio, le estaba echando en cara al otro algo que había sucedido la semana anterior, mientras el primero, con la mirada baja y retorciendo la servilleta en sus manos, aguantaba el chaparrón. Al acabar, el que le estaba recriminando su comportamiento le dijo: “lo siento, pero te lo tenía que decir. Ya sabes que soy muy sincero...” Tras una pausa que a mi se me hizo eterna, él le contestó algo así como: “No se si me lo tenías que decir, lo que sí se es que ha sido mucho más de lo que yo quería escuchar” tras lo cual se levantó y abandonó el local. El camarero llegó con dos cafés, que dejó discretamente encima la mesa. Me sentí terriblemente incómodo. Afortunadamente llegó mi amigo, que sin saberlo me salvó del aprieto. Nos pusimos inmediatamente a conversar.



Aquella noche me vino de nuevo aquella escena a la memoria. Me sentía perfectamente reflejado en ella. Cuántas veces había oído aquellas malditas palabras: te lo TENGO que decir...

¿ES LA SINCERIDAD UNA VIRTUD?

Todos estaríamos de acuerdo en que sí lo es. Sin embargo, la realidad es que no lo es siempre. Si la entendemos como valor personal (soy sincero, y como soy sincero digo siempre lo que pienso) no siempre va a ser una virtud. Si en cambio la entendemos como valor interpersonal, (lo que te digo no sólo lo pienso sino que pienso que puedes tolerarlo y te va a ayudar) entonces es una virtud fundamental. La clave está en tener en cuenta al otro a la hora de ejercer la sinceridad. Porque cuando en nombre de la sinceridad decimos todo lo que pensamos, sin pensar en el impacto de nuestras palabras, esta es una sinceridad malentendida que lejos de ayudar, distancia y pone en riesgo muchas relaciones.

La sinceridad exige tener el valor de decir lo que uno piensa, pero para ser genuinamente sinceros, al valor de decir lo que pensamos, hemos de añadir la percepción de hasta dónde podemos llegar con nuestras palabras para no herir al otro. Y pensar en si lo que le estamos diciendo va a ayudarlo en alguna medida. Como nos recuerda el ensayista francés André Maurois, *“Ser sincero no es decir todo lo que se piensa, sino no decir nunca lo contrario de lo que se piensa”*.

Así pues, ser sincero significa, además de estar dispuestos a decir lo que pensamos, preguntarnos en cada momento que efecto producirá en el otro lo que vayamos a decirle, y asegurarnos de que está preparado para recibir cada dosis de sinceridad que le administremos. Significa estar razonablemente seguros de que puede recibir nuestras palabras como una ayuda para entenderse mejor y una oportunidad para crecer. Solo así nuestra sinceridad será una virtud y contribuirá positivamente a la relación. Del famoso juramento judicial de “la verdad, toda la verdad y nada más que la verdad”, el “toda la verdad”, en el contexto relacional sobra. Al fin y al cabo no es un juicio al otro lo que queremos hacer, sino que con nuestra sinceridad lo que pretendemos es ayudar.



¿SE LO DIGO O NO SE LO DIGO?

Hay gente que siente la necesidad de decir todo lo que piensa a los demás. Amparados en la sinceridad, nos corrigen y juzgan constantemente. “Te lo digo por tu bien” nos advierten. Pero lo cierto es que los tenemos todo el día pendientes de nosotros, a la espera de podernos echar en cara cualquier error. A esta tarea constante de hacernos notar nuestros errores, se suma generalmente una percepción estática y limitada sobre nosotros, fruto de las “etiquetas” que nos hayan puesto en el pasado. Y todo ello disfrazado de virtuosa sinceridad...

Asumir la vocación de hacer ver a los demás sistemáticamente sus errores, nos hace unos pésimos compañeros de viaje, y es muy probable que no nos aguanten mucho tiempo. Además, hacer ver a los demás sus errores es una actitud cuanto menos un tanto arrogante: ¿Qué sabemos nosotros de los demás? ¿Cómo podemos juzgar los motivos de sus comportamientos? Como seres humanos únicos e irrepetibles, cada uno de nosotros somos expertos solo en nosotros mismos, y deberíamos actuar en consecuencia, no pretendiendo conocer por sistema las intenciones de los demás.

Nuestra única motivación para ser sinceros con los demás, para decirles lo que pensamos, debería ser ayudarles en su crecimiento personal. Y echarles en cara constantemente sus errores difícilmente ayuda.

CADA COSA A SU TIEMPO

Entender la sinceridad como virtud interpersonal, pensando en el otro y en las consecuencias de nuestras palabras, significa también no tener prisa por decir lo que le queremos decir; significa saber escoger el momento y el entorno oportunos y sobretodo saber parar a tiempo si percibimos que el otro está al límite de lo que puede aguantar. Ser auténticamente sincero conlleva un gran esfuerzo de empatía, de estar dispuesto a “acompañar” al otro en su crecimiento, de no herirle ni “machacarlo vivo” por más que pensemos que nos acompaña la razón en lo que decimos.

Tenemos muchas veces la urgencia de “decirle todo lo que pensamos” al otro, porque nos parece que “no se da cuenta”, o que “le abriremos los ojos”. Todas estas



son expresiones comunes a la hora de aplicar nuestra mal entendida sinceridad. Lo cierto es que nuestra urgencia es nuestra, y responde a nuestra necesidad de “descargarnos”, de sacarnos el tema de encima. Y en todo caso esa urgencia es irrelevante frente a la necesaria evaluación de si el otro puede o no recibir toda nuestra sinceridad.

No tengamos prisa. No intentemos decirlo todo hoy. Resolverlo todo hoy. Vayamos paso a paso. A la velocidad que nos marque el otro. Seremos genuinamente sinceros si somos capaces de administrar la sinceridad sin prisas, a pequeños sorbos.

SINCEROS CON NOSOTROS MISMOS

Hablamos mucho de la sinceridad de los demás, o de nuestra sinceridad con los demás, pero si queremos practicar de verdad la sinceridad deberíamos empezar por preguntarnos si somos sinceros con nosotros mismos. Y ello significa, en primer lugar, dejar de encontrar siempre excusas para nuestro comportamiento, y dejar de pasar la responsabilidad de lo que nos sucede a las circunstancias o a otros. Somos capaces de elaborar en nuestra mente fantásticas explicaciones para justificar nuestros actos, pero el uso de la razón para negar la verdad nos priva de ser sinceros con nosotros mismos.

Para ser genuinamente sinceros con los demás necesitamos empezar por serlo con nosotros mismos. Empecemos a aplicar la sinceridad con nosotros. Una vez hayamos probado la medicina, y conozcamos su poder terapéutico (pero también su amargo sabor si nos pasamos), podemos empezar a administrarla sabiamente a los demás.

Algunas de estas cosas me hubiera gustado decírselas a mi joven vecino del restaurante. Hacerle notar que su actitud era equivocada, que no ayudaba. Aquella noche, después de la marcha de su pareja, todavía pasó un buen rato sentado en la mesa apurando su café. Lo oí llamar con su móvil, y decirle a su interlocutor algo así como “... ya sabes, hay gente que no soporta la verdad, pero es su problema”. Quizás sí. Pero lo único cierto en esta historia es que él, con toda su sinceridad, estaba solo.

